

～在宅医療・介護の連携拠点～

宇陀市医療介護あんしんセンターから

電話番号の
間違い注意!

☎ 医療介護あんしんセンター (☎ 85・2500/IP ☎ 88・9480/FAX85・2501)

～認知症支援への取り組み～

オレンジカフェ



オレンジカフェは、認知症の人やその家族が、ホッとひと息ついて日頃の溜まった思いを語れる場所です。

医療・介護の専門家がカフェスタッフですので、お茶を飲みながら気軽にご相談いただけます。みなさんの参加をお待ちしています。



第5回!

【日時】3月16日(金)

午後2時30分～4時

【場所】市立病院 2階 職員食堂

【参加費】100円(飲み物・お菓子付)

【その他】申し込み不要

1月に実施した4回目のカフェでは、12名の参加がありました。家族同士が交流できる、よい機会になりました。

美味しいクッキーとコーヒー、また簡単な体操で、ころもからだも和むような内容になっています。

昔の写真を見ながら、その頃を思い出し、楽しくおしゃべりしています!

奈良県若年性認知症サポートセンター 出張相談 (毎月第2水曜日)

【日時】3月14日(水) 午後1時～4時

【場所】医療介護あんしんセンター

【内容】奈良県から委託を受けた一般社団法人 SPS ラボ若年性認知症サポートセンターきずなやの若年性認知症支援コーディネーターが対応します。

【申し込み】☎ 0742・81・3857

健幸都市 “ウェルネスシティ宇陀市”

こころの健康!

3月は
自殺対策
強化月間です!

☎ 中央保健センター (☎ 92・5220/IP ☎ 88・9175)

わが国の自殺者数は平成24年に3万人を下回り、その後も減少しています。しかし、まだまだ多くの大切な命が自死という形で失われていることは大きな問題です。

市では、自殺対策強化月間に合わせて講演会を行います。

自殺予防のためにあなたにも
できることがあるはず!

気づき

家族や仲間の変化に気づき、耳を傾ける

つなぎ

早めに専門家に相談するように促す

見守り

温かく寄り添いながらじっくりと見守る

健康イベント
健康事業

≪3月のウェルネスイベント≫

●こころの健康づくり学習会

『それってこころの病気かも!?
～あなたや大切な人を守るために～』

【日時】3月3日(土)

午後1時30分～3時30分(受付1時～)

【場所】農林会館

【講師】天理よろづ相談所病院 精神神経科
橋本 和典 医師